MEJDS. 2021; 11:80.

Published online 2021 Aug. **Systematic Review**

The Nature and Application of Adlerian Play Therapy: A Systematic Review

Alizadeh H[1], *Gholami M[2], Rezaei S[3], Asghari Nekah SM[4]

Author Address
1. Professor, Department of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;
2. Ph.D Student of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;
3. Assistant Professor, Department of Psychology and Exceptional Children Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran;
4. Associate Professor, Department of Educational and Counseling Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
***Corresponding author's email:** gholamilive20012@yahoo.com

Received: 2020 May 17; **Accepted:** 2020 July 7

Abstract

Background & Objectives: Play is essential for children because it can train language skills, cognitive, social skills, and other contributions to the development of personality. Play therapy is an effective method to respond to children's mental needs. Play therapists use toys and play materials to help children concretely communicate their needs. A play therapy approach is Adlerian play therapy. In Adlerian play therapy, play therapists use the concepts of Alfred Adler's individual psychology. Therefore, the present study aimed to investigate the nature and application of Adlerian play therapy.

Methods: This was a systematic review study. The research methodology was also based on collecting, classifying, and summarizing the findings of scientific research articles related to Adlerian play therapy between 2000 - 2019, collected from domestic and international databases. The keywords "play therapy, Adlerian play therapy, and individual psychology" were considered in this research. The domestic databases included Civilica, Magiran, SID, Noormags; the international databases included Eric, Ebsco, Google Scholar, Scopus, Science Direct, and PubMed. In total, 98 articles were selected in the initial search; however, 82 articles were deleted due to not being relevant to the Adlerian approach. Seventeen articles were selected with the title Adlerian play therapy. Among them, one article was removed due to being old (obsolescence), 8 articles due to review, and one article due to duplication in several databases. Finally, 7 articles were selected for this review. The inclusion criteria of the study were having an Adlerian approach; being a quantitative study; being original research, and the publication of the articles to range between 2000 and 2019. The exclusion criteria of the study also included having different approaches (e.g., cognitive, behavioral, etc.) plus Adlerian approach, review studies, and articles published before 2000 AD.

Results: The present review study indicated that play therapy was effective in working with children with various problems in multiple settings, including schools. Adlerian play therapy reduced anxiety and maladaptive perfectionism, reduced challenging and destructive behaviors, increased task performance, and improved social skills as well as general health in children. Teachers also reported that they experienced less stress in their relationships with students who received Adlerian play therapy. This treatment effectively improved the health of neglected children. These findings highlighted the clinical significance of Adlerian play therapy in children's behaviors.

Conclusion: The obtained findings suggested that Adlerian play therapy can be used as a promising intervention for children with different problems. Thus, it is recommended that Adlerian play therapy be used as a therapeutic intervention in pilot projects in children with various problems.

Keywords: Play therapy, Adlerian play therapy, Individual psychology.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

Copyright © 2016, MEJDS. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله مطالعات ناتوانی ۱۴۰۰؛ (۱۱):۸۰.

انتشار برخط مرداد ۱۴۰۰ مقاله مروری نظام‌مند

بازی‌درمانی آدلری: ماهیت و کاربرد

حمید علیزاده[۱]، *مرضیه غلامی[۲]، سعید رضایی[۳]، سیدمحسن اصغری نکاح[۴]

توضیحات نویسندگان

۱. استاد، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛

۲. دانشجوی دکتری روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران؛

۴. دانشیار گروه روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی ، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

***رایانامهٔ نویسندهٔ مسئول:** gholamilive20012@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۲۸اردیبهشت۱۳۹۹؛ **تاریخ پذیرش:** ۱۷ تیر۱۳۹۹

چکیده

زمینه و هدف: بازی‌درمانی به‌عنوان روشی مؤثر برای پاسخ‌گویی به نیازهای روانی کودکان پذیرفته شده است. یکی از روش‌های بازی‌درمانی، بازی‌درمانی آدلری است. پژوهش حاضر با هدف بررسی ماهیت و کاربرد بازی‌درمانی آدلری انجام شد.

روش‌بررسی: پژوهش حاضر از نوع مروری نظام‌مند بود. روش‌شناسی آن نیز مبتنی‌بر گردآوری، طبقه‌بندی و خلاصه‌کردن یافته‌های مقالات علمی‌پژوهشی مرتبط با بازی‌درمانی آدلری بین سال‌های ۲۰۰۰تا۲۰۱۹ برگرفته از پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی صورت پذیرفت. کلیدواژه‌های بازی‌درمانی، بازی‌درمانی آدلری، روان‌شناسی فردی مدنظر قرار گرفت. پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی شامل Civilica، Magiran، SID، Noormags و پایگاه‌های اطلاعاتی خارجی شامل Eric، Ebsco، Google Scholar، Scopus، Science Direct و PubMed بود. در جست‌وجوی اولیه نودوهشت مقاله انتخاب شد که هشتادویک مقاله به‌دلیل مرتبط‌نبودن با رویکرد آدلری حذف شد. در ادامه هفده مقاله دارای عنوان بازی‌درمانی آدلری، انتخاب شد. از بین آن‌ها یک مقاله به‌علت قدیمی‌بودن، هشت مقاله به‌دلیل مروری‌بودن و یک مقاله به‌علت تکراری‌بودن در چند پایگاه اطلاعاتی حذف شد. درنهایت هفت مقاله انتخاب شد.

یافته‌ها: بررسی مطالعات نشان داد، بازی‌درمانی آدلری روش مؤثری برای کار با کودکانی است که مشکلات متعددی در موقعیت‌های مختلف ازجمله مدرسه نشان می‌دهند. بازی‌درمانی آدلری باعث کاهش اضطراب و کمال‌گرایی ناسازگارانه، کاهش رفتارهای چالشی و مخرب، افزایش انجام وظیفه، بهبود مهارت‌های اجتماعی و سلامت عمومی در کودکان شده است؛ همچنین معلمان گزارش کردند که در روابط خود با دانش‌آموزانی که بازی‌درمانی‌آدلری دریافت کردند، استرس کمتری را تجربه کردند.

نتیجه‌گیری: براساس بررسی مطالعات انجام‌شده می‌توان نتیجه گرفت که بازی‌درمانی آدلری به‌عنوان مداخله‌ای امیدوارکننده می‌تواند برای کودکان با مشکلات مختلف استفاده شود.

کلیدواژه‌ها: بازی‌درمانی، بازی‌درمانی آدلری، روان‌شناسی فردی.

حق انتشار محفوظ است © ۱۳۹۵، مجله مطالعات ناتوانی. این یک مقاله با دسترسی آزاد است که تحت مجوز اختیار_غیرتجاری ۴/۰ بین‌المللی (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.fa) منتشر شده است که به شما اجازه می‌دهد که مواد منتشر شده در این مقاله را با شرط ارجاع مناسب به نسخهٔ اصلی، به‌طور غیرتجاری نسخه‌برداری و توزیع کنید.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

۱ مقدمه

بازی[1]، دنیای طبیعی کودک است. کودک در بازی دربارهٔ خود، دیگران و دنیای اطرافش یاد می‌گیرد. اسباب‌بازی‌ها، کلمات کودک و بازی زبان کودک‌اند. بازی توانایی‌های کودک را برای رشد مهارت‌هایی که باعث احساس شایستگی و کفایت می‌شوند، تسهیل می‌کند. در طی بازی کودکان برانگیخته می‌شوند تا نیازهای خویش را برآورده کنند و محیط خود را کشف کنند. بازی وسیله‌ای است که ازطریق آن کودکان خود را بیان می‌کنند و کمکی برای رشد تفکر خلاق[2] آنان است (۱).

بازی‌درمانی، ایجاد رابطه‌ای بین‌فردی بین مراجع و درمانگر است و بازی‌درمانگر قدرت بازی را به‌کار می‌برد تا مراجع مشکلات روان‌شناختی خود را حل کند و به حداکثر رشد خود دست یابد (۲). بازی‌درمانی به کودکان کمک می‌کند تا واقعیت را از تخیل جدا کنند، تصورات غلط را تصحیح نمایند، بر جهانشان کنترل و تسلط پیدا کنند، مهارت حل مسئله و همدلی را توسعه دهند و از تنش رهایی یابند (۳). در بازی‌درمانی کودکان از اسباب‌بازی‌ها، لوازم هنری، خاک رس، شن و ماسه برای بیان افکار، احساسات و تجربیات خود استفاده می‌کنند (۴). اسباب‌بازی‌ها اجازهٔ خلاقیت، بیان هیجانات، تجربه و آزمایش محدودیت‌ها و نقش بازی‌کردن واقعیت‌ها را به کودک می‌دهد. بازی‌درمانی روشی برای کودکان است که به آن‌ها کمک می‌کند با پریشانی و غم مقابله کنند (۵). بازی‌درمانی به کودکان اجازه می‌دهد که ازطریق روش‌های طبیعی خودشان را بیان کنند، داستان بگویند، نمایش عروسکی بسازند، موجوداتی با استفاده از گل بسازند، نقاشی کنند، آواز بخوانند؛ بدون اینکه برای بیان احساسات، افکار و نگرانی‌هایشان نیاز به زبان پیشرفته و صحبت با بزرگسالان داشته باشند (۶).

بازی‌درمانی آدلری مبتنی‌بر نظریهٔ آدلر[3] است و تری کاتمن[4] آن را گسترش داده است (۷). یکی از مفاهیم مهم در نظریهٔ آدلر سبک زندگی[5] است. سبک زندگی به‌وجودآورندهٔ رفتار فرد است (۸) و به الگوی باورها و هدف‌ها که فرد برای برقراری ارتباط با دیگران و اندازه‌گیری ارزش خود استفاده می‌کند، اشاره دارد. تعریف آدلر از سبک زندگی به‌شدت بر هستهٔ شخصیت به‌ویژه نقشهٔ ذهنی منحصربه‌فرد[6] تمرکز می‌کند (۹). سبک زندگی هر فرد، در سال‌های اولیه و در زمینه‌ای اجتماعی شکل می‌گیرد (۱۰). سال‌های کودکی به‌طور کامل تعیین نمی‌کند که پیشرفت فرد در زندگی آینده چگونه است؛ بااین‌حال، این سال‌ها احتمالاً بر الگوهای فکری فرد، انتخاب‌هایی که فرد قبلاً انجام داده است و انتخاب‌هایی که باید انجام دهد، تأثیر می‌گذارد (۹).

در بازی‌درمانی آدلری بازی‌درمانگر تکنیک‌های بازی را به‌کار می‌برد تا اطلاعاتی دربارهٔ سبک زندگی کودک گردآوری کند و به کودک کمک کند بفهمد چگونه عقاید غلط[7] باعث ازبین‌رفتن توانایی او برای ارتباط موفق، رفتار اجتماعی مناسب و ایجاد تصویر مثبت از خودش می‌شود. بازی‌درمانگر به کودک کمک می‌کند باورهای غلط را دوباره ارزیابی کند و دربارهٔ خودش و دیگران و جهان اطرافش نتیجه‌گیری‌های سازنده‌ای داشته باشد (۶). کودکان شرکت‌کننده در بازی‌درمانی آدلری، حس شایستگی را تجربه می‌کنند و از درمانگر دلگرمی و حمایت دریافت می‌کنند و دیگر نیاز به انجام رفتارهای نامناسب ندارند (۱۱). در نظریهٔ آدلر بیان می‌شود که هر رفتاری دارای هدفی است. چهار هدف برای رفتار بد کودک بیان می‌شود: به‌دست‌آوردن احساس تعلق[8]؛ احساس به حساب‌آمدن[9]؛ احساس توان‌مندی[10]؛ احساس دلگرمی[11] (۱۲). بازی‌درمانگر اهداف کودک را به‌روش‌های زیر شناسایی می‌کند. ۱. رفتار کودک را در اتاق بازی می‌بیند و به گزارش والدین دربارهٔ رفتار کودک در موقعیت‌های مختلف گوش می‌دهد؛ ۲. از سؤال و مشاهده برای کشف واکنش‌های هیجانی بزرگسالان وقتی با رفتار بد کودک مواجه می‌شوند، استفاده می‌کند؛ ۳. دربارهٔ واکنش کودک به تأدیب و اصلاح، سؤال می‌پرسد و می‌بیند. بازی‌درمانگر آدلری ازطریق بازی، هنر و داستان‌گویی هدف بدرفتاری کودک را شناسایی می‌کند تا به کودک برای رسیدن به اهداف سازنده و مثبت مانند احساس تعلق، احساس توانایی، به‌حساب‌آمدن و کفایت کمک کند (۶).

یکی از مفاهیم دیگر نظریهٔ آدلر، علاقهٔ اجتماعی[12] است. افراد دارای علاقهٔ اجتماعی، به‌طور طبیعی تمایل به برقراری ارتباط با دیگران دارند و اشخاصی که دارای علاقهٔ اجتماعی ضعیفی هستند نمی‌توانند با دیگران ارتباط و همکاری داشته باشند (۱۳). مسئولیت‌پذیری، ارتباط با مردم و همدلی، جرئت‌ـاطمینان و برابری از مؤلفه‌های علاقهٔ اجتماعی هستند (۶). همدلی[13] ما را قادر می‌سازد احساس دیگران را درک کنیم و برابری، سبب ایجاد احترام متقابل در محیط می‌شود. این موضوعات، بروز علاقهٔ اجتماعی را به‌دنبال دارد (۱۴).

درمانگر باید تلاش کند ازطریق تماشای بازی‌های کودک، سناریوهایی که دربارهٔ افراد و حیوانات می‌سازد و صحبت با والدین و معلمان بفهمد کودک چطور در اتاق بازی و خارج از اتاق بازی با دیگران ارتباط برقرار می‌کند. همچنین بازی‌درمانگر باید ازطریق ایجاد میل به ارتباط با دیگران و آموزش مهارت‌های شروع و نگهداری ارتباط سطح علاقهٔ اجتماعی کودک را رشد دهد. در تمام مدت بازی، درمانگر باید ازطریق آموزش مهارت‌های اجتماعی و تشویق این مهارت‌ها در دیگر محیط‌ها (مدرسه و همسایگان) حس ارتباط مثبت را گسترش دهد. بازی‌درمانگر باید به والدین ازطریق برگزاری جلسات مشاوره‌ای آموزش دهد که چگونه با کودک خود ارتباط مثبتی برقرار کنند و علاقهٔ اجتماعی را در بین اعضای خانواده به‌وجود آورند (۶). قدرت درمانی بازی، کار با کودکان را ازطریق ایجاد رابطهٔ دلگرم‌کننده، تسهیل می‌کند. بازی‌درمانی آدلری باعث می‌شود کودک به خانوادهٔ خود احساس تعلق

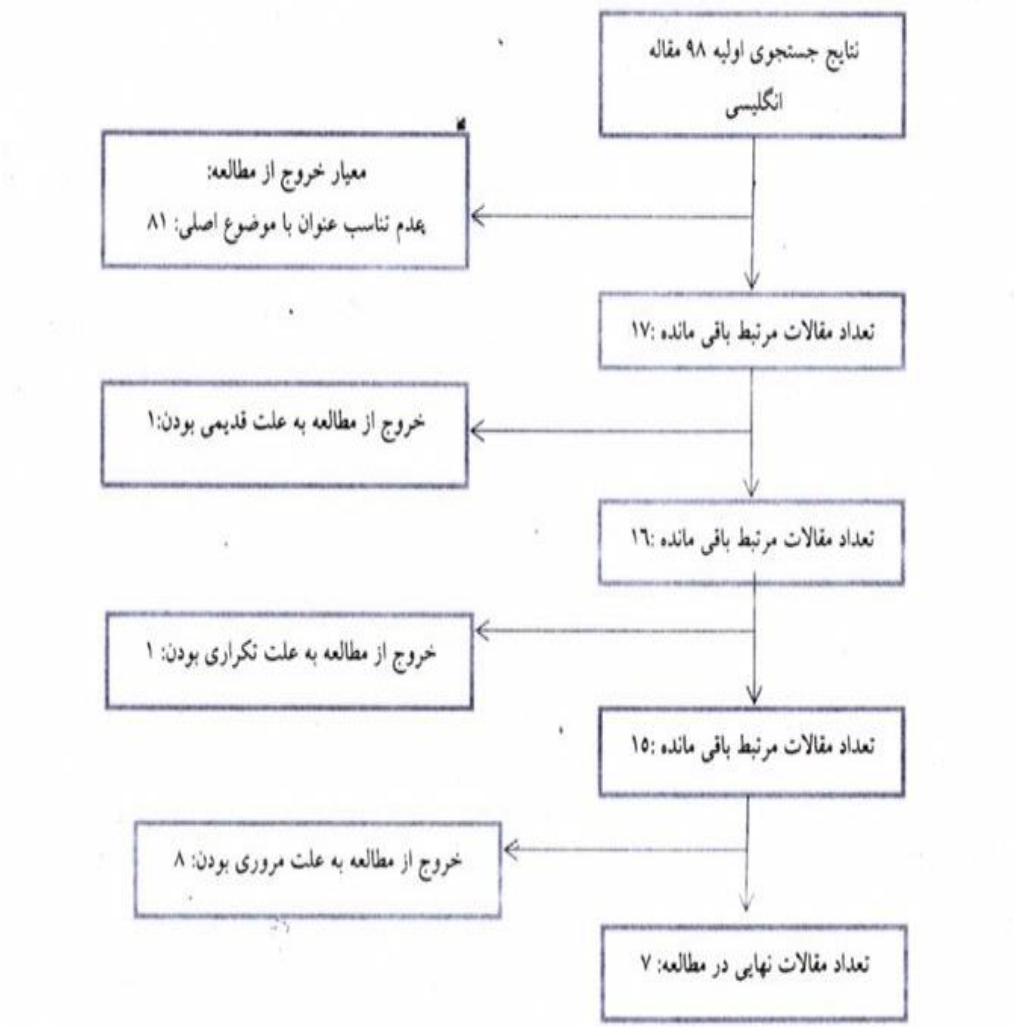
1. Play
2. Creative thinking
3. Adler
4. Terry Kottman
5. Life-style
6. Unique mental map
7. Mistaken beliefs
8. Connectedness
9. Count
10. Capable
11. Courage
12. Social interest
13. Empathy

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

کند. همچنین بازی‌درمانی آدلری به درمانگر اجازه می‌دهد که باور کودک دربارهٔ خود، دیگران و دنیایش را کشف کند و روشی برای کشف و اصلاح رفتارهایی فراهم آورد که کودک باور دارد این رفتارها دربارهٔ خودش، دیگران و دنیایش درست است (۱۲)؛ بنابراین باتوجه به تأثیرات مثبت بازی‌درمانی، هدف پژوهش حاضر مروری نظام‌مند بر ماهیت و کاربرد بازی‌درمانی آدلری به‌منظور بهبود مشکلات کودکان بود.

۲ روش‌بررسی

پژوهش حاضر از نوع مروری نظام‌مند بود. روش‌شناسی آن نیز مبتنی‌بر گردآوری، طبقه‌بندی و خلاصه‌کردن یافته‌های مقالات علمی‌پژوهشی مرتبط با بازی‌درمانی آدلری در بین سال‌های میلادی ۲۰۰۰تا۲۰۱۹ برگرفته از پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی صورت پذیرفت؛ همچنین کلیدواژه‌های بازی‌درمانی[1]، بازی‌درمانی آدلر[2] و روان‌شناسی فرد ی[3] مدنظر قرار گرفت. پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی شامل Civilica، Magiran، SID، Noormags و پایگاه‌های اطلاعاتی خارجی شامل Eric، Ebsco، Google Scholar، Scopus، Science Direct وPubMed بود. نحوهٔ جست‌وجو به این شکل بود که کلیدواژه‌های بازی‌درمانی، بازی‌درمانی آدلری و روان‌شناسی فردی به زبان انگلیسی جست‌وجو شد. در جست‌وجوی اولیه نودوهشت مقاله انتخاب شد که هشتادویک مقاله به‌دلیل مرتبط‌نبودن با رویکرد آدلری حذف شد. در ادامه هفده مقاله دارای عنوان بازی‌درمانی آدلری، انتخاب شد. از بین آن‌ها یک مقاله به‌علت قدیمی‌بودن، هشت مقاله به‌دلیل مروری‌بودن و یک مقاله به‌علت تکراری‌بودن در چند پایگاه اطلاعاتی حذف شد. درنهایت هفت مقاله انتخاب شد. معیارهای ورود مطالعات به پژوهش حاضر عبارت بود از: داشتن رویکرد آدلری؛ به‌صورت کمّی‌بودن مطالعه؛ اصیل‌بودن پژوهش؛ قرارداشتن بازهٔ زمانی چاپ مقالات بین سال‌های میلادی ۲۰۰۰تا۲۰۱۹. معیارهای خروج مطالعات از پژوهش حاضر نیز شامل داشتن رویکردهای متفاوت (به‌عنوان مثال شناختی، رفتاری و...) با رویکرد آدلری، مطالعات مروری و مقالات قبل از سال ۲۰۰۰ میلادی بود. در شکل ۱ فلوچارت انتخاب مقالات براساس معیارهای ورود به مطالعه و خروج از آن ارائه شده است.



شکل ۱. فلوچارت انتخاب مقالات براساس معیارهای ورود به مطالعه و خروج از آن

[1]. Play Therapy
[2]. Adlerian Play Therapy
[3]. Individual psychology

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

۳ یافته‌ها

خلاصهٔ پژوهش‌های مرورشده دربارهٔ بازی‌درمانی آدلری در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. خلاصهٔ پژوهش‌های انجام‌شده در زمینهٔ بازی‌درمانی آدلری

نویسنده	نمونهٔ پژوهش	ابزار استفاده‌شده	طرح پژوهش	نتیجهٔ مطالعه
جمال‌الدین و همکاران (۱۵)	شصت‌وشش کودک ۱۰ تا ۱۲ ساله	سیاههٔ پنج‌عاملی سلامت	پژوهش شبه‌آزمایشی	بازی‌درمانی گروهی آدلری، سلامت عمومی کودکان مورد غفلت قرارگرفته را بهبود بخشید.
استوتی و همکاران (۱۶)	چهار کودک سنین ۳تا۵ سال		پژوهش تک‌موردی	بازی‌درمانی آدلری باعث بهبود رفتارهای بیرونی و چالشی کودکان پیش‌دبستانی در خطر شد.
آکای و براتون (۱۷)	دو کودک	مقیاس تجدیدنظرشدهٔ اضطراب آشکار کودکان ویرایش دوم و مقیاس کمال‌گرایی کودک و نوجوان	طرح آزمایش تک‌موردی	بازی‌درمانی آدلری در کاهش اضطراب و کمال‌گرایی ناسازگارانه اثر داشت و برای بررسی بیشتر تأثیر بازی‌درمانی آدلری به‌عنوان مداخله‌ای امیدوارکننده بر کمال‌گرایی ناسازگار و اضطراب نیاز به پژوهش‌های بیشتری بود.
مینی‌ـ‌والن و تلینگ (۱۸)	پنج کودک ابتدایی	مشاهدهٔ مستقیم	طرح آزمایشی تک‌موردی	بازی‌درمانی آدلری سبب بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش رفتارهای چالشی شد.
مینی‌ـ‌والن و همکاران (۱۹)	سه کودک مهدکودکی	مشاهدهٔ مستقیم	پژوهش تک‌موردی	بازی‌درمانی گروهی آدلری رفتارهای مخرب و چالشی را کاهش داد.
دایلمن تیلور و مینی‌ـ‌والن (۲۰)	پنج کودک مهدکودکی و دبستانی	فرم گزارش معلم، چک‌لیست رفتار کودکان برای سنین ۶تا۱۸ سال و فرم مشاهدهٔ مستقیم	پژوهش تک‌موردی	بازی‌درمانی آدلری، کاهش مشکلات رفتاری و افزایش انجام وظیفه را به‌دنبال داشت.
مینی‌ـ‌والن (۲۱)	پنجاه‌وهشت کودک مهدکودکی	فرم گزارش مراقب‌ـ‌معلم، فرم مشاهدهٔ مستقیم و فهرست استرس معلم		بازی‌درمانی آدلری بهبودی درخورتوجهی را در رفتارهای مخرب کودکان به‌وجود آورد؛ همچنین معلمان کاهش استرس معناداری را در ارتباط با دانش‌آموزان خود گزارش کردند.

ـ مراحل بازی‌درمانی آدلری: بازی‌درمانی آدلری شامل چهار مرحله است: ۱. ایجاد رابطه با کودک؛ ۲. کشف سبک زندگی کودک؛ ۳. کمک به کودک برای به‌دست‌آوردن بینش دربارهٔ سبک زندگی‌اش؛ ۴. کمک به کودک برای جهت‌دهی دوباره به سبک زندگی‌اش. این مراحل از یکدیگر متمایز و جدا نیست. یک مرحله اغلب با مراحل دیگر همپوشانی دارد و گاهی اوقات ممکن است یک جلسه بازی‌درمانی شامل عناصر هر چهار مرحله باشد (۲۲). همچنین بازی‌درمانی آدلری شامل چهار مرحله مشاوره با والدین است: ۱. برقرای ارتباط با والدین؛ ۲. کشف درک والدین از سبک زندگی خود و فرزندشان؛ ۳. بینش دربارهٔ سبک زندگی خود و فرزندشان؛ ۴. آموزش مهارت‌های ارتباطی و تعاملی جدید به والدین برای تعامل با فرزندشان و دیدن خود به‌عنوان پدر و مادر فعال و مثبت (۶). در ادامه مراحل بازی‌درمانی آدلری شرح داده شده است.

۱. ایجاد رابطه با کودک: در این مرحله بازی‌درمانگر و کودک با یکدیگر همکاری می‌کنند تا رابطه‌ای درمانی همراه با پذیرش را به‌وجود آورند و بازی‌درمانگر و کودک، هر دو رهبری این مرحله را بر عهده می‌گیرند (۱۹).

۲. کشف سبک زندگی کودک: در این مرحله بازی‌درمانگر اطلاعاتی دربارهٔ سبک زندگی کودک جمع‌آوری می‌کند. بازی‌درمانگر این اطلاعات را از والدین، معلمان یا ازطریق مشاهدهٔ کودک در اتاق بازی و موقعیت‌های مختلف به‌دست می‌آورد و مداخله ممکن است شامل بازی با سینی شن، فعالیت‌های هنری، عروسک بازی، تعامل با اعضای گروه یا بازی درمانگر باشد. بازی‌درمانگر به اهداف رفتار نادرست کودک، باورهای غلط کودک دربارهٔ خود، دیگران و جهان و سی‌های مهم[1] (نیازهای مهم و اساسی) توجه می‌کند (۱۸).

۳. کمک به کودک برای به‌دست‌آوردن بینش دربارهٔ سبک زندگی‌اش: در این مرحله بازی‌درمانگر فرصت‌ها و فعالیت‌هایی به‌وجود می‌آورد تا کودک دربارهٔ سبک زندگی‌اش بینش پیدا کند. بازی‌درمانگر از فعالیت‌هایی مانند داستان‌گفتن، نقش بازی‌کردن، نمایش عروسکی و سینی شن استفاده می‌کند تا کودک به الگوهای افکار، احساسات و

[1]. Crucial Cs

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

رفتارهای درون‌فردی و بین‌فردی پی ببرد (۱۹).
۴. کمک به کودک برای جهت‌دهی دوباره به سبک زندگی‌اش: در این مرحله بازی‌درمانگر شرایط و تجاربی را به‌وجود می‌آورد که کودک روش‌ها و الگوهای جدیدی برای رفتار، احساسات و تفکراتش می‌آموزد و تمرین می‌کند و می‌تواند این روش‌ها را به موقعیت‌های دیگر نیز تعمیم دهد (۲۰).
مرحلهٔ اول بازی‌درمانی با کودک می‌تواند ۱تا۲۴ جلسه باشد؛ اما معمولاً حدود ۲یا۴ جلسه زمان می‌برد. مرحلهٔ دوم می‌تواند از ۳یا۴ جلسه تا ۱۰تا۱۲ جلسه باشد که به پیچیدگی مشکلات کودک و اینکه چه میزان آن‌ها را آشکار می‌کند، بستگی دارد. بررسی و تحلیل سبک زندگی کودک معمولاً بین ۴تا۶ جلسه انجام می‌شود. مرحلهٔ سوم می‌تواند از ۳یا۴ جلسه تا ۲۴ جلسه و به‌طور متوسط بین ۸تا۱۲ جلسه باشد. مرحلهٔ چهارم می‌تواند از یک جلسه تا ۱۲یا۱۶ جلسه باشد؛ ولی به‌طور متوسط حدود هشت جلسه زمان می‌برد. هر جلسه معمولاً ۴۵ دقیقه است (میانگین ۳۰تا۵۰ دقیقه) (۲۲).
ـ نقش بازی‌درمانگر آدلری: نقش بازی‌درمانگر آدلری بستگی به مرحلهٔ بازی درمانی دارد (۶،۲۲،۲۳). در مرحلهٔ اول بازی‌درمانگر، دارای نقش شریک و دلگرم‌کننده است؛ غیررهنمودی[1] است و باید مطمئن باشد کودک بیشتر اوقات فعال است. اهمیت مرحلهٔ اول به این صورت است که درمانگر به تقسیم قدرت با کودک بپردازد و حس کار گروهی و همکاری را در اتاق بازی ایجاد کند. درمانگر از ردیابی[2]، بازگویی محتوا، بازتاب احساسات، برگرداندن مسئولیت به کودک، دلگرم‌کردن، محدودکردن، پاسخ‌دادن به سؤالات، سؤال‌کردن و تمیزکردن اتاق باهم برای ایجاد رابطه‌ای عادلانه استفاده می‌کند (۶). درمانگر در مرحلهٔ دوم با استفاده از تکنیک‌هایی مانند نقاشی‌کردن، پرسش و پاسخ، بررسی اهداف رفتار، منظومهٔ خانواده[3]، فضای خانواده[4]، مشاهدهٔ الگوهای بازی و بیان خاطرات اولیه[5] به بررسی و تحلیل سبک زندگی کودک می‌پردازد (۲۳). در مرحلهٔ سوم درمانگر گاهی اوقات رهنمودی و گاهی غیررهنمودی است؛ همچنین از تکنیک‌هایی مانند تف‌انداختن در سوپ مراجع[6] (درمانگر اشاره می‌کند که باورها و منطق شخصی[7] کودک واقعاً درست هستند یا نه؛ به‌طور مثال درمانگر به کودک می‌گوید: شما همیشه می‌گویید که هیچ دوستی ندارید؛ اما من متوجه شده‌ام که در اتاق بازی همه می‌خواهند با شما بازی کنند) و متاکامیونیکیشن[8] (درمانگر رفتاری را که کودک در حین بازی انجام می‌دهد، توصیف می‌کند و تفسیری از معنای آن رفتار را اضافه می‌کند) برای انتقال اطلاعات دربارهٔ سبک زندگی، باورهای اشتباه، اهداف رفتار نامناسب، سی‌های مهم (نیازهای اساسی و مهم)، دارایی‌ها و نقاط قوت کودک استفاده می‌کند. در مرحلهٔ چهارم بازی‌درمانگر آدلری، معلمی فعال و دلگرم‌کننده است و به کودک کمک می‌کند تا نگرش‌ها و ادراکات مثبت بیشتری را به‌کار گیرد؛ همچنین به آموزش مهارت‌هایی مانند مهارت‌های مذاکره، مهارت‌های اجتماعی، روش‌های مثبت تعامل با دیگران و مقابله با شرایط دشوار می‌پردازد و مهارت‌های فرزندپروری را به والدین آموزش می‌دهد (۲۲).
ـ بازی‌درمانی آدلری برای چه افراد و مراجعانی مناسب است؟ بازی‌درمانی آدلری برای کودکان ۴تا۱۰ساله طراحی شده است؛ اما با انجام یک‌سری اصلاحات برای بزرگسالان نیز استفاده می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهد، بازی‌درمانی آدلری، درمانی مؤثر برای کمک به کودکانی است که مشکلات بیرونی مانند مشکلات رفتاری و مشکل در روابط با همسالان دارند (۱۸،۲۰،۲۳). همچنین بازی‌درمانی آدلری برای کودکانی که در رشد طبیعی‌شان مشکل دارند و دارای شرایط زندگی دشواری (۲۳) مانند طلاق هستند، کاربرد دارد (۲۲).
ـ بازی‌درمانی گروهی آدلری: سوونی و همکاران بیان می‌کنند که بازی‌درمانی گروهی نه‌تنها مداخله‌ای درمانی قدرت‌مند است، بلکه غالباً محیطی مؤثرتر و مناسب‌تر از درمان انفردی را فراهم می‌کند (۲۴). بازی‌درمانی گروهی باورهای مربوط به اهمیت بازی‌درمانی برای کودکان را با مزایای مشاورهٔ گروهی[9] ترکیب می‌کند. کودکان می‌توانند مهارت‌های اجتماعی، خودتنظیمی، انعطاف‌پذیری شناختی و درک عاطفی دیگران را ازطریق بازی‌درمانی گروهی بهبود بخشند (۲۵). بازی‌درمانی گروهی آدلری مبتنی‌بر همان مبانی فلسفی بازی‌درمانی فردی است و از همان چهار مرحله بازی‌درمانی فردی تشکیل شده است (۲۲): در مرحلهٔ اول بازی‌درمانی گروهی درمانگر به ایجاد ارتباط با همهٔ اعضای گروه می‌پردازد؛ در مرحلهٔ دوم سبک زندگی هر کودک را بررسی می‌کند؛ در مرحلهٔ سوم درمانگر، فرایند گروهی و مداخلات طراحی‌شده برای به‌دست‌آوردن بینش را به‌کار می‌برد؛ آخرین مرحلهٔ بازی‌درمانی گروهی جهت‌دهی و آموزش دوباره است (۱۹). در این مرحله، درمانگر اغلب مهارت‌های جدید را آموزش می‌دهد، اطلاعات جمع‌آوری می‌کند و فرصت‌هایی برای کودکان فراهم می‌آورد تا شیوه‌های جدید تفکر، احساسات و رفتار را تمرین کنند. جلسات بازی‌درمانی گروهی بین ۴۵تا۹۰ دقیقه زمان می‌برد. حداقل دو کودک برای بازی‌درمانی گروهی لازم است و معمولاً بیش از هشت کودک توصیه نمی‌شود. در بازی‌درمانی گروهی، مشاوره با والدین معمولاً به‌طور جداگانه انجام می‌گیرد. حفظ محرمانه‌بودن مسائل خاص (مانند سابقهٔ سوءاستفادهٔ جنسی یا خشونت خانگی) مهم است (۲۲).

۴ بحث

بازی‌درمانی آدلری مداخله‌ای است که از بازی استفاده می‌کند و به کودک اجازه می‌دهد تا افکار، احساسات و تجربه‌هایش را بیان کند (۱۱). بازی زبان طبیعی کودک است؛ بنابراین بازی وسیله‌ای برای ارتباط بین کودک و بازی‌درمانگر است. منطق اساسی برای استفاده از بازی در بازی‌درمانی آدلری شبیه به دیگر روش‌های بازی‌درمانی است؛ اما بازی‌درمانگر در بازی‌درمانی آدلری اسباب‌بازی‌هایی را به‌کار می‌برد تا به کودک کمک کند، دیدگاهش را دربارهٔ خودش، دیگران و جهان

[1]. Nondirective
[2]. Tracking
[3]. Family constellation
[4]. Family atmosphere
[5]. Soliciting early recollections
[6]. Spitting in the soup
[7]. Private logic
[8]. Metacommunication
[9]. Group counseling

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

اطرافش کشف کند و درنهایت باورهای خودشکن[1] خود را با نگرش‌های خودارزش‌مندی جایگزین کند (۷).
در بازی‌درمانی آدلری بر همکاری والدین تأکید می‌شود. در مشاورهٔ والدین، درمانگر تکنیک‌های مشاوره را با آموزش والدین ترکیب می‌کند و از این طریق والدین نقش خودشان را در نگرش‌ها و باورهای خودشکن فرزندشان بهتر درک می‌کنند (۲۶). هدف نهایی از بازی‌درمانی آدلری کمک به اعضای خانواده برای افزایش درکشان از پویایی‌های درون‌فردی و بین‌فردی خود، به‌دست‌آوردن بینش و نگرش مثبت و تغییرات پایدار در افکار، هیجانات و اعمال است (۲۳). تکنیک‌های آدلری مانند دلگرم‌کردن، منظومهٔ خانواده (ترتیب تولد و تأثیرات هریک از اعضای خانواده بر رفتار یکدیگر)، خاطره‌های اولیه (از شخص خواسته می‌شود به عقب برگردد و حوادث اولیهٔ زندگی خود را به خاطر آورد) و پی‌بردن به هدف به کودکان کمک می‌کنند خودشان را بیان کنند و احساساتشان را کشف کنند.
در بازی‌درمانی آدلری اسباب‌بازی‌هایی برای کودکان فراهم می‌شود که به آن‌ها اجازه می‌دهد، حس کنترل و تسلط را تجربه کنند. همچنین فرصت‌هایی برای تمرین رفتارهای مقبول اجتماع پیدا می‌کنند. کودکان شرکت‌کننده در بازی‌درمانی آدلری، حس شایستگی را تجربه می‌کنند و از درمانگر دلگرمی و حمایت دریافت می‌کنند و دیگر نیاز به انجام رفتارهای نامناسب ندارند (۱۱). دلگرمی بازخورد مثبتی است که به‌جای نتیجه بر تلاش متمرکز است. شخص برای اینکه انسانی کامل باشد، مجبور نیست بهترین باشد. با دلگرمی فرد فارغ از نتایجی که به‌دست می‌آورد، احساس ارزش‌مندی می‌کند.
در مطالعهٔ مروری حاضر به بررسی پژوهش‌هایی پرداخته شد که در آن‌ها بازی‌درمانی آدلری برای کودکان با مشکلات گوناگون، به‌کار رفته است. نتایج نشان داد، بازی‌درمانی آدلری برای این کودکان نتایج مؤثری به‌همراه داشته است. بازی‌درمانی آدلری را می‌توان به بازی‌درمانی گروهی و انفرادی تقسیم کرد. در زمینهٔ بازی‌درمانی گروهی، مینی‌والن و همکاران گزارش کردند که بازی‌درمانی گروهی آدلری، رفتارهای مخرب و چالشی کودکان را کاهش می‌دهد. بازی‌درمانی گروهی باعث می‌شود کودکان در کلاس همکاری و روابط بهتری با همسالان و بزرگسالان داشته باشند و دستورها را پیروی کنند و تلاش بیشتری در کارهای تحصیلی نشان دهند. دلیل بهبود این رفتارها می‌تواند بهبود رابطهٔ کودک و معلم باشد؛ زیرا کودکانی که روابط مثبتی با معلم دارند، بیشتر درگیر فعالیت‌های مدرسه می‌شوند (۱۹). جمال‌الدین و همکاران گزارش کردند که بازی‌درمانی آدلری گروهی سلامت عمومی کودکان را بهبود می‌بخشد. در بازی‌درمانی آدلری گروهی به کودکان اسباب‌بازی‌هایی داده می‌شود که به آن‌ها امکان می‌دهد طیف گسترده‌ای از احساسات را ابراز کنند و احساس کنترل و تسلط کنند؛ همچنین فرصت‌هایی برای تمرین رفتارهای مقبول اجتماعی در طی جلسات مشاوره فراهم می‌شود. علاوه‌براین، بازی‌درمانی آدلری گروهی به‌طور غیرمستقیم تجربهٔ کودکان را تغییر می‌دهد و ویژگی‌هایی مانند عزت‌نفس و توانایی مدیریت استرس را تقویت می‌کند که این‌ها می‌تواند سلامت عمومی را تحت‌تاثیر خود قرار دهد (۱۵). در زمینهٔ بازی‌درمانی آدلری انفرادی آکای و براتون بیان می‌کنند، بازی‌درمانی کمال‌گرایی ناسازگارانه و اضطراب را کاهش می‌دهد. تکنیک‌هایی مانند تسهیل بینش[2] دربارهٔ افکار و نگرش‌های مشکل‌ساز، توجه به سی‌های مهم (نیازهای مهم و اساسی) و دلگرمی سبب کاهش کمال‌گرایی ناسازگارانه و اضطراب می‌شود. به عقیدهٔ آدلر، افرادی که برای درمان می‌آیند، شجاعت لازم را برای مقابله با مشکلات زندگی ندارند. ترغیب مراجع برای غلبه بر نگرش مردد[3] خود دربارهٔ زندگی، اصلی‌ترین راه پیشرفت و تغییر است (۱۷). استفاده از دلگرمی[4] در چهار مرحله شجاعت کودک را برای ریسک‌کردن و آموختن از اشتباهات که منجربه کاهش کمال‌گرایی ناسازگار و اضطراب می‌شود، افزایش می‌دهد (۲۳).

۵ نتیجه‌گیری

براساس بررسی مطالعات می‌توان نتیجه گرفت که بازی‌درمانی آدلری نوعی مداخله است که دیدگاه کودک را دربارهٔ خود، دیگران و جهان تغییر می‌دهد و می‌تواند سهمی از مداخله‌های آموزشی، روان‌شناختی و توان‌بخشی کودکان را به خود اختصاص دهد؛ ولی به‌دلیل مطالعات اندکی که در این زمینه صورت‌گرفته نیاز به انجام‌دادن پژوهش‌های بیشتری است. توصیه می‌شود از بازی‌درمانی آدلری به‌عنوان مداخله‌ای درمانی در طرح‌های آزمایشی در کودکان با مشکلات مختلف استفاده شود.

۶ تشکروقدردانی

از مسئولان سایت اینترنتی دانشکدهٔ روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی تهران به‌دلیل مهیاکردن امکانات جست‌وجوی سریع و دردسترس در پایگاه‌های معتبر علمی بین‌المللی تشکر می‌شود.

۷ بیانیه‌ها

تأییدیهٔ اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان
کاربرد ندارد.
در دسترس بودن داده‌ها و مواد
این مقاله از نوع مروری نظام‌مند است که مقالات بررسی‌شده در این مطالعه به‌عنوان داده، در فهرست منابع وجود دارند که در متن مقاله نیز به آن‌ها اشاره شده است و از طریق جست‌وجوی اینترنتی در دسترس‌اند.
رضایت برای انتشار
این امر غیر قابل اجرا است.
تزاحم منافع
نویسندگان اعلام می‌کنند هیچ‌گونه تضاد منافعی ندارند.

References

1. Homeyer LE, Morrison OM. Play therapy practice, issues and trends. American Journal of Play. 2008;1(2):210–28.

[1]. Self-defeating
[2]. Facilitation of insight
[3]. Hesitant
[4]. Encouragement

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]

2. Palmer EN, Pratt KJ, Goodway J. A review of play therapy interventions for chronic illness: applications to childhood obesity prevention and treatment. International Journal of Play Therapy. 2017;26(3):125–37. doi:10.1037/pla0000045
3. Jacob AM, Kathyayani B. A study to assess the effectiveness of yogic postures on Back pain among beedi rolling women in a selected rural area at Mangalore. International Journal of Nursing Education. 2017;9(2):1–5. doi:10.5958/0974-9357.2017.00026.5
4. Goodman G, Reed P, Athey-Lloyd L. Mentalization and play therapy processes between two therapists and a child with Asperger's disorder. International Journal of Play Therapy. 2015;24(1):13–29. doi:10.1037/a0038660
5. Hidayat DR, Prabowo AS, Cahyawulan W, Fitriyani H. The efficacy of using play therapy in children with behavior disorders: a meta-analysis overview. International Journal of Research Studies in Psychology. 2016;5(3):63–9. doi:10.5861/ijrsp.2016.1404
6. Kottman T. Adlerian play therapy. International Journal of Play Therapy. 2001;10(2):1–12. doi:10.1037/h0089476
7. Taylor DD, Bratton SC. Developmentally appropriate practice: Adlerian play therapy with preschool children. The Journal of Individual Psychology. 2014;70(3):205–19. doi:10.1353/jip.2014.0019
8. Spencer FE. An assessment of adlerian life style and reading ability of ninth graders. Arizona: University of Arizona; 1984.
9. Rule WR, Bishop M. Adlerian lifestyle counseling: practice and research. First edition. New York: Routledge; 2006.
10. Frew J, Spiegler MD. Contemporary psychotherapies for a diverse world. First edition. New York: Routledge; 2013.
11. Meany-Walen KK, Bratton SC, Kottman T. Effects of Adlerian play therapy on reducing students' disruptive behaviors. Journal of Counseling & Development. 2014;92(1):47–56. doi:10.1002/j.1556-6676.2014.00129.x
12. Peterson A. Adlerian play therapy concepts: how to make activities therapeutic [Thesis for MSc]. The Faculty of the Adler Graduate School; 2015.
13. Hom-Yi L. The application of Adlerian psychotherapy for an adult with high functioning autism and depression. Journal of Psychology & Clinical Psychiatry. 2017;8(3):00483. doi:10.15406/jpcpy.2017.08.00483
14. Thompson C. Organizational development 101: lessons from Star wars. Journal of Individual Psychology. 2007;63:424–39.
15. Jamaludin L, Johari KSK, Amat S, Lee GM. The effectiveness of Adlerian group play therapy-based counseling intervention on the holistic wellness of neglected children. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences. 2018;8(4):1242–53. doi:10.6007/IJARBSS/v8-i4/4157
16. Stutey DM, Dunn M, Shelnut J, Ryan JB. Impact of Adlerian play therapy on externalizing behaviors of at-risk preschoolers. International Journal of Play Therapy. 2017;26(4):196–206. doi:10.1037/pla0000055
17. Akay S, Bratton S. The effects of Adlerian play therapy on maladaptive perfectionism and anxiety in children: a single case design. International Journal of Play Therapy. 2017;26(2):96–110. doi:10.1037/pla0000043
18. Meany-Walen KK, Teeling S. Adlerian play therapy with students with externalizing behaviors and poor social skills. International Journal of Play Therapy. 2016;25(2):64–77. doi:10.1037/pla0000022
19. Meany-Walen KK, Bullis Q, Kottman T, Dillman Taylor D. Group Adlerian play therapy with children with off-task behaviors. The Journal for Specialists in Group Work. 2015;40(3):294–314. doi:10.1080/01933922.2015.1056569
20. Dillman Taylor D, Meany-Walen KK. Investigating the effectiveness of Adlerian play therapy (AdPT) with children with disruptive behaviors: a single-case research design (SCRD). Journal of Child and Adolescent Counseling. 2015;1(2):81–99. doi:10.1080/23727810.2015.1081519
21. Meany-Walen KK. Adlerian play therapy: effectiveness on disruptive behaviors of early elementary-aged children [Thesis for PhD]. [Texas]: University of North Texas; 2010.
22. Kottman T. Treatment manual for Adlerian play therapy. Unpublished manuscript; 2009.
23. Kottman T, Meany-Walen K. Partners in play: an Adlerian approach to play therapy. Third edition. Alexandria, VA: American Counseling Association; 2016.
24. Sweeney DS, Baggerly J, Ray DC. Group play therapy: a dynamic approach. First edition. New York: Routledge; 2014. doi:10.4324/9780203103944
25. Chinekesh A, Kamalian M, Eltemasi M, Chinekesh S, Alavi M. The effect of group play therapy on social-emotional skills in pre-school children. Global Journal of Health Science. 2013;6(2):163. doi:10.5539/gjhs.v6n2p163
26. Biglow JF. Adlerian therapy & EMDR: partners in play? [Thesis for MSc]. The Faculty Of The Adler Graduate School; 2014.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-02]